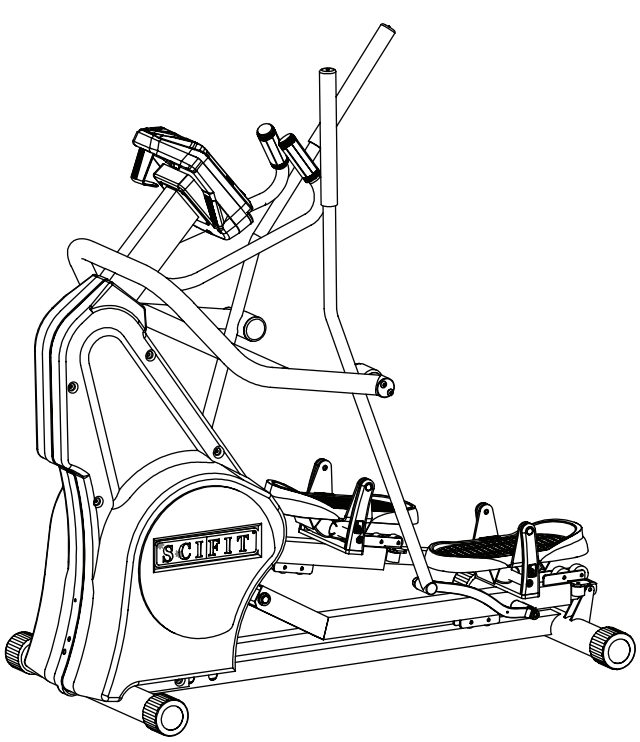
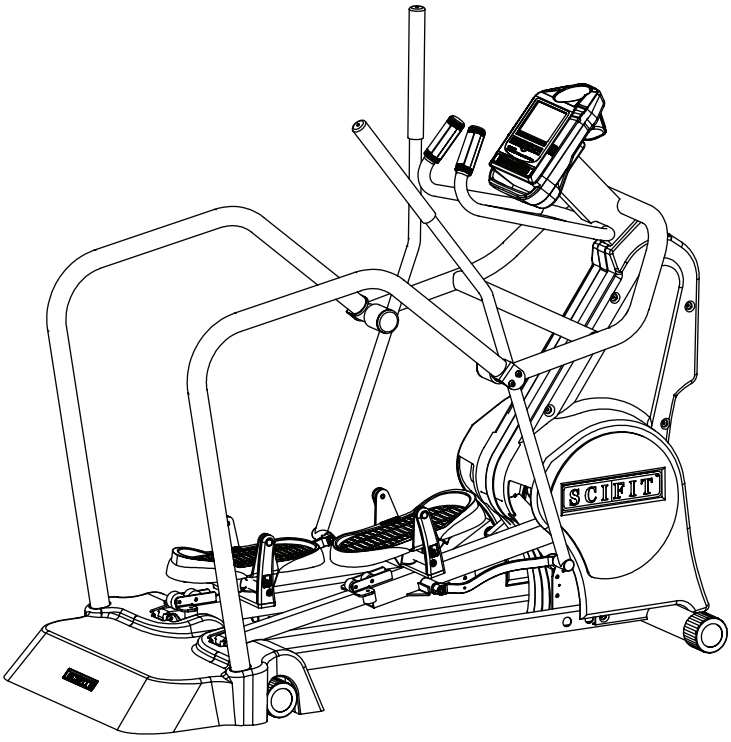
SCIFIT

Scientific Solutions for Fitness.

Manuale utente





SXT7000 **SXT7000e²**

SXT7000 e SXT7000e²
Elliptical Trainer

Prima di usare questo prodotto, leggere questo manuale e seguire tutte le norme di sicurezza e istruzioni per l'uso.

Questa pagina è lasciata volutamente in bianco

INDICE

INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA.....1

INTRODUZIONE.....2

SPECIFICHE.....3

IMPOSTAZIONE E INSTALLAZIONE.....4

ASSEMBLAGGIO.....5

PANORAMICA DEL PRODOTTO.....6

FUNZIONI DEL TASTIERINO.....7

POSIZIONAMENTO BIOMECCANICO.....8

ACCESORI.....9

FASCIA TRASMETTITRICE FREQUENZA CARDIACA E PRESE DI CONTATTO.....10

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA.....10-19

MANUTENZIONE E ASSISTENZA.....20

GARANZIA.....21 - 25

Ordinazione online 24 ore su 24, 7 giorni su 7, su www.SCIFIT.COM

INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA

Lo scopo dei simboli di sicurezza è di attirare l'attenzione sui possibili pericoli. È bene fare molta attenzione e comprendere i simboli di sicurezza e le loro spiegazioni. Le avvertenze di sicurezza non eliminano da sole i possibili pericoli. Le istruzioni o avvertenze che forniscono non si sostituiscono alle misure corrette per la prevenzione degli incidenti.

Questi simboli mettono in evidenza importanti precauzioni di sicurezza. Vuol dire attenzione! È in gioco la sicurezza personale.

⚠ AVVISO

La mancata osservanza delle avvertenze di sicurezza **può** causare lesioni personali o a terzi. Seguire sempre le precauzioni di sicurezza per ridurre il rischio di lesioni personali.

⚠ ATTENZIONE

La mancata osservanza di un'avvertenza di sicurezza **può** causare lesioni personali o a terzi. Seguire sempre le precauzioni di sicurezza per ridurre il rischio di lesioni personali.

Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare la macchina per gli esercizi di SCIFIT. Conservare queste istruzioni per riferimenti futuri.

È necessario supervisionare da vicino la macchina quando viene utilizzata da o vicino a bambini o individui con disabilità. Tenere i bambini lontani dai supporti estesi delle mani e dei piedi.

Utilizzare la macchina solo per gli esercizi previsti e descritti nel presente manuale. Non utilizzare accessori non consigliati dal produttore.

Non fare cadere o inserire mai alcun oggetto in qualsiasi apertura.

Non utilizzare all'aperto o in condizioni ambientali difficili dove è presente acqua (piscine o aree di centri salute e benessere)

INTRODUZIONE

Grazie per l'acquisto di SXT7000 o SXT7000e^2 Elliptical Rotary Walker di SCIFIT. In queste macchine sono stati incorporati la tecnologia e il design ergonomico più avanzati per aiutare l'utente a raggiungere i suoi obiettivi di fitness. Tuttavia, per la sicurezza personale, osservare le seguenti raccomandazioni prima di iniziare ad utilizzare la macchina.

Le SXT7000 e SXT7000e^2 di SCIFIT sono progettate per applicazioni di Classe "S" (Studio), Classe "I" (Disabili) e Classe "II a" (Direttiva per dispositivi medici). Gli usi previsti sono la riabilitazione cardio-respiratoria insieme alla medicina dello sport, alla terapia fisica, al condizionamento fisico e all'allenamento di resistenza. L'attrezzatura SCIFIT è adatta per essere collocata in strutture di fitness, di riabilitazione medica, di cura delle prestazioni sportive e di ricreazione. Le SXT7000 e SXT7000 hanno 200 livelli di resistenza controllati dal computer e questo garantisce che gli utenti a tutti i livelli di fitness potranno ottenere un esercizio fisico impegnativo, ma non eccessivo.

Consultare il medico
Consultare il proprio medico e specialista prima di partecipare a qualsiasi programma di esercizio, specialmente in caso di gravidanza o se si soffre di: malattie cardiache, malattie delle vie respiratorie, diabete, ipertensione, pressione sanguigna elevata, colesterolo elevato, artrite o qualunque altra malattia o disturbo fisico.

Uso da parte di adulti
L'attrezzatura SCIFIT è progettata e pensata per l'uso da parte di adulti e di bambini di età appropriata sottoposti a supervisione. I bambini piccoli devono essere tenuti lontani dall'attrezzatura ad una distanza di sicurezza.

Raffreddamento
Per prevenire danni muscolari o indolenzimenti, si deve sempre fare il raffreddamento (almeno per 5 minuti) con degli esercizi di stiramento dopo ogni sessione di uso della macchina.

⚠ ATTENZIONE

Fare sempre esercizi di stiramento dopo una sessione con la macchina per ridurre il rischio di lesioni personali. La mancata osservanza di questa raccomandazione **può** causare lesioni personali

Linee guida per adulti in buona salute
L'American College of Sports Medicine (ACSM) e l'American Heart Association (AHA) aggiornano continuamente le linee guide e le raccomandazioni per l'attività fisica.

Le raccomandazioni di base attuali rilasciate da ACSM e AHA sono di:

fare esercizio cardio moderatamente intenso per 30 minuti al giorno, cinque giorni alla settimana.

OPPURE

fare esercizio cardio vigorosamente intenso per 20 minuti al giorno, tre giorni alla settimana.

E

fare da otto a dieci esercizi di resistenza, da otto a dodici ripetizioni di ogni esercizio due volte alla settimana.

Un'attività fisica moderatamente intensa vuol dire lavorare abbastanza duramente per aumentare la frequenza cardiaca e sudare, rimanendo allo stesso tempo però capaci di partecipare a una conversazione. Si noti che per perdere peso o mantenere la perdita di peso, possono essere necessari da 60 a 90 minuti di attività fisica. La raccomandazione dei 30 minuti è per l'adulto medio in buona salute che vuole mantenere la salute e ridurre il rischio di malattie croniche.

Per rivedere le ultime linee guida e raccomandazioni, visitare il sito Web dell'American College of Sports Medicine: *www.acsm.org*

⚠ AVVISO

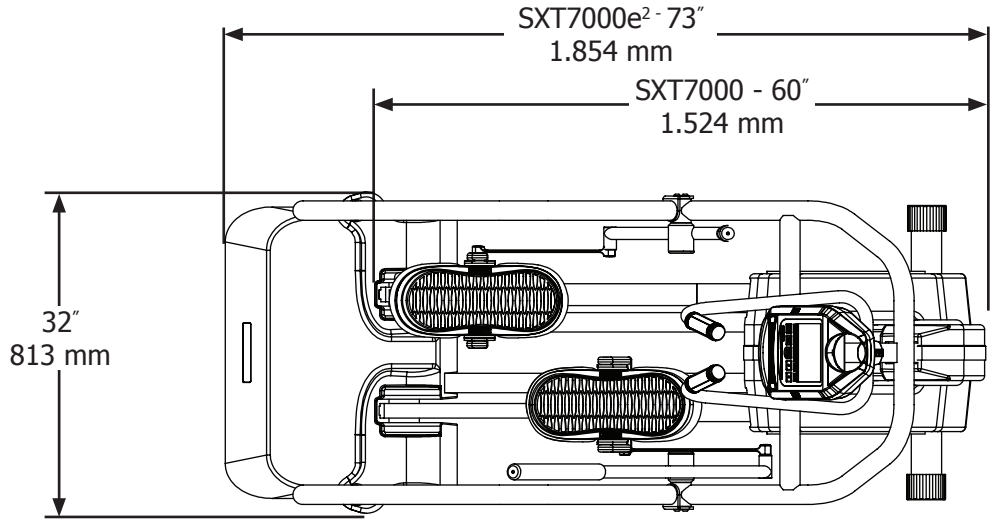
Interrompere immediatamente l'esercizio in caso di nausea, giramenti di testa, dolore acuto o qualunque altro fastidio fisico. Continuare l'esercizio fisico in tali condizioni può causare lesioni personali o anche la morte.

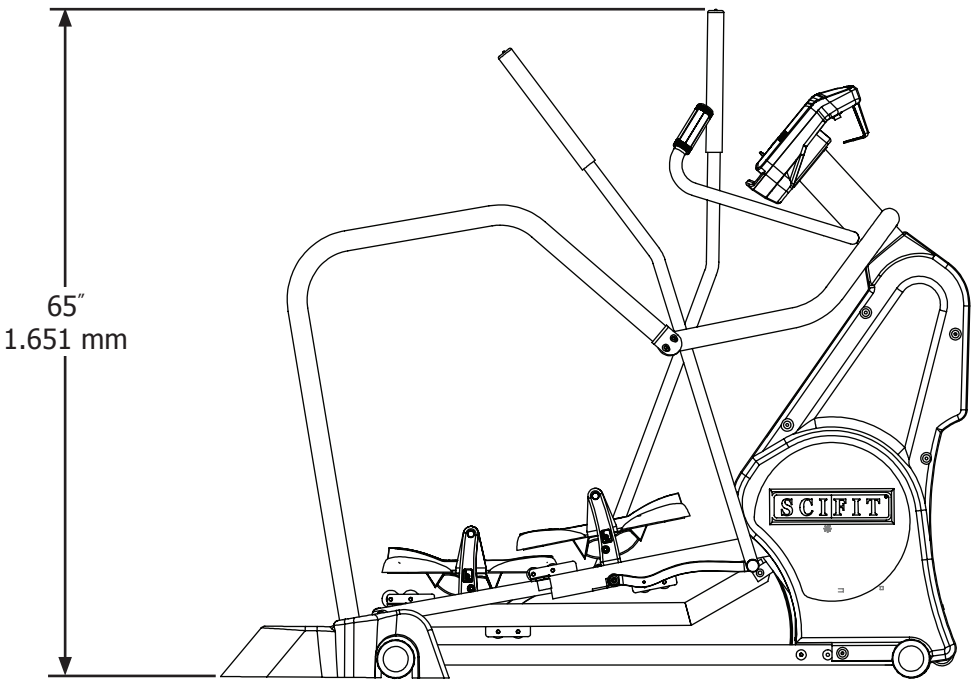
Fare esercizio fisico in maniera intelligente
Per salvaguardare la propria salute, si deve sempre seguire un'alimentazione equilibrata, bere molti fluidi/acqua durante l'esercizio fisico e rimanere in forma esercitandosi in maniera intelligente. Seguire sempre le linee guida per l'esercizio fisico specifiche per la propria condizione fisica.

⚠ AVVISO

L'esercizio fisico svolto in maniera errata o eccessiva può causare danni alla salute. Continuare l'esercizio fisico in tali condizioni **può** causare lesioni personali o anche la morte.

Peso	SXT7000 - 275 libbre / 125 Kg SXT7000e² - 336 libbre / 152 Kg.
Peso massimo utente	350 libbre. / 159 Kg.
Alimentazione	Auto generata con batteria autoricaricabile di riserva. **Disponibile l'adattatore di CA opzionale a basso voltaggio.**
Sistema di resistenza	Resistenza elettromagnetica autogenerata bidirezionale
Programmi	Manuale, Fit Quik, Lavoro costante, Forza, 7 profili di salita pre-programmati, Frequenza cardiaca, Test allenamento, Test forma cuore, Test di allenamento, Test da sforzo e casuale
Classe di accuratezza	Classe A
Garanzia	All'interno degli Stati Uniti e Canada 3 anni sulle parti, 1 anno sul lavoro Al di fuori degli Stati Uniti 3 anni sulle parti, niente lavoro





IMPOSTAZIONE E INSTALLAZIONE

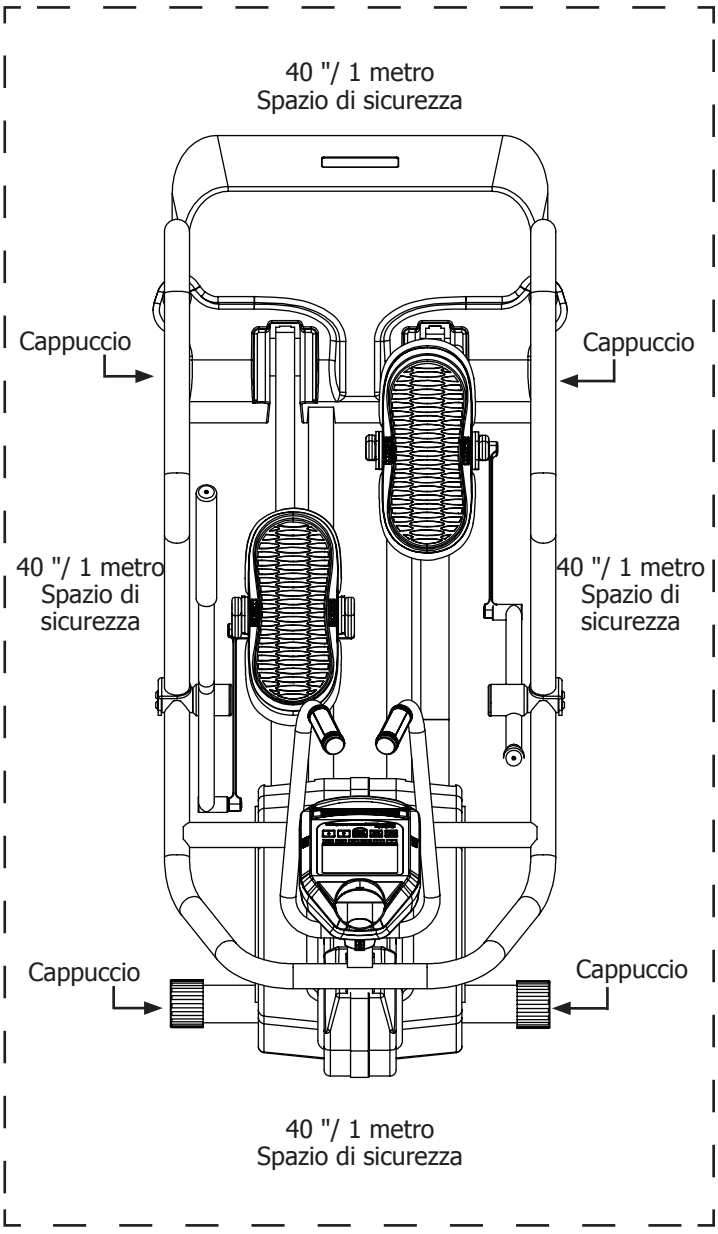
Collocazione della macchina cardiovascolare
Posizionare l'unità in un luogo con un sottopavimento stabile e piano. L'attrezzatura deve essere posizionata in un luogo non esposto alla luce diretta del sole, non in un'area con temperature e umidità estreme o dove l'attrezzatura può essere raggiunta da schizzi d'acqua o da fluidi. Questa macchina va utilizzata solo in luoghi chiusi.

L'attrezzatura deve avere un perimetro di sicurezza tutt'intorno di 1 metro oppure 40".

⚠ AVVISO
La mancata collocazione dell'attrezzatura su un sottopavimento stabile e piano con un perimetro di sicurezza può causare lesioni personali o a terzi.

Mettere a livello la macchina cardiovascolare
Se il sottopavimento non è piano, l'unità è equipaggiata di cappucci per il livellamento. I cappucci sono progettati con la rientranza del cappuccio fuori centro. Questo permette di ruotare i cappucci in una posizione che livellerà il pavimento. Dopo la regolazione, controllare e accertarsi che i cappucci siano sistemati completamente contro i tubi di base del telaio.

Bilanciare il cappuccio



Supervisione corretta
È necessario supervisionare da vicino la macchina quando viene utilizzata da o vicino a individui con disabilità. Tenere i bambini senza supervisione lontano dal perimetro di sicurezza.

Pulizia
Non pulire mai la macchina con solventi organici, alcol o detergenti con la candeggina. Per favorire un ambiente sano, rimuovere il sudore dall'unità con un prodotto industriale progettato per le palestre o con uno strofinaccio umido.

ASSEMBLAGGIO

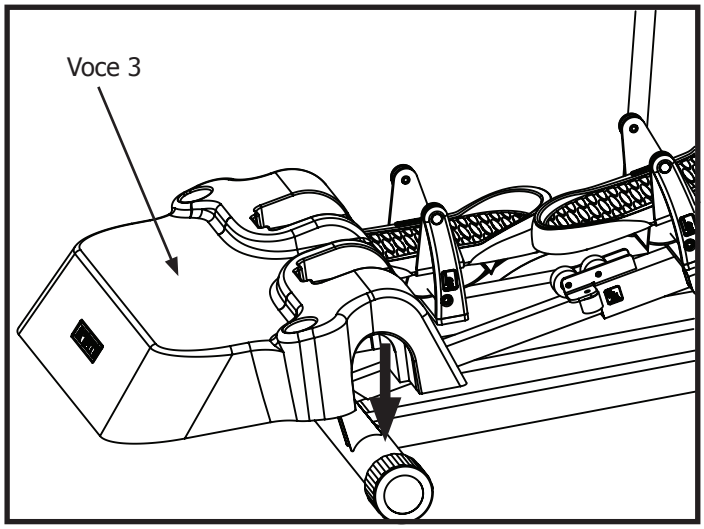
Assemblaggio
Alcune attrezzature spedite all'estero devono essere assemblate (solo SXT7000e^2). Per l'assemblaggio, seguire i passaggi indicati di seguito.

Utensili necessari: Chiave a testa esagonale da 7/32”

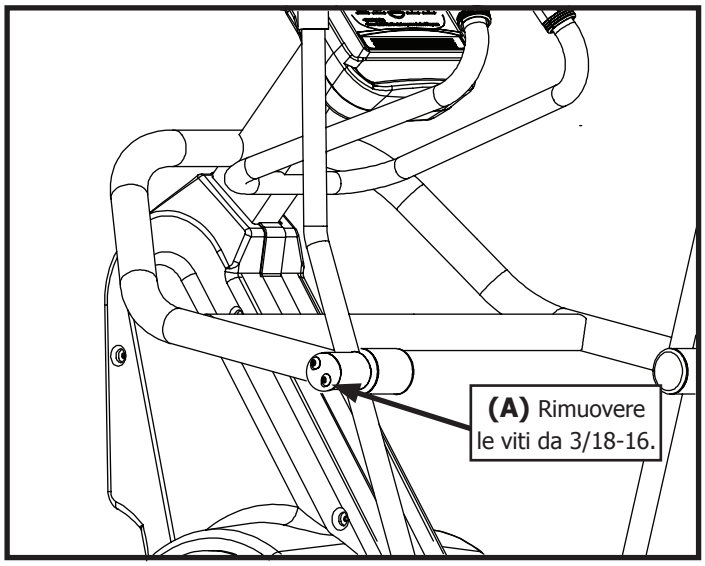
Parti necessarie:

Voce	Voce	Descrizione	N. parte
1	1	Corrimano di sinistra	A3224
2	1	Corrimano di destra	A3222
3	1	Gradino per salire con facilità	A3223

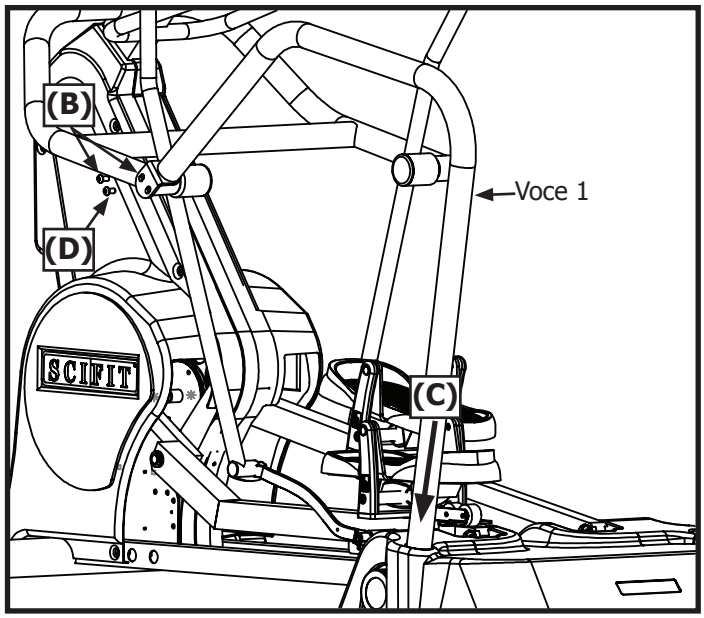
Posizionare il gradino per la salita
Posizionare il gradino sopra il tubo frontale trasversale e sopra i telerail. Accertarsi che il gradino sia completamente in piano sul pavimento.



Montare il corrimano a destra e a sinistra
(A) A partire dal lato sinistro, rimuovere le due viti a testa bombata cava da 3/8-16 x 3/4 dall'alloggiamento del perno.

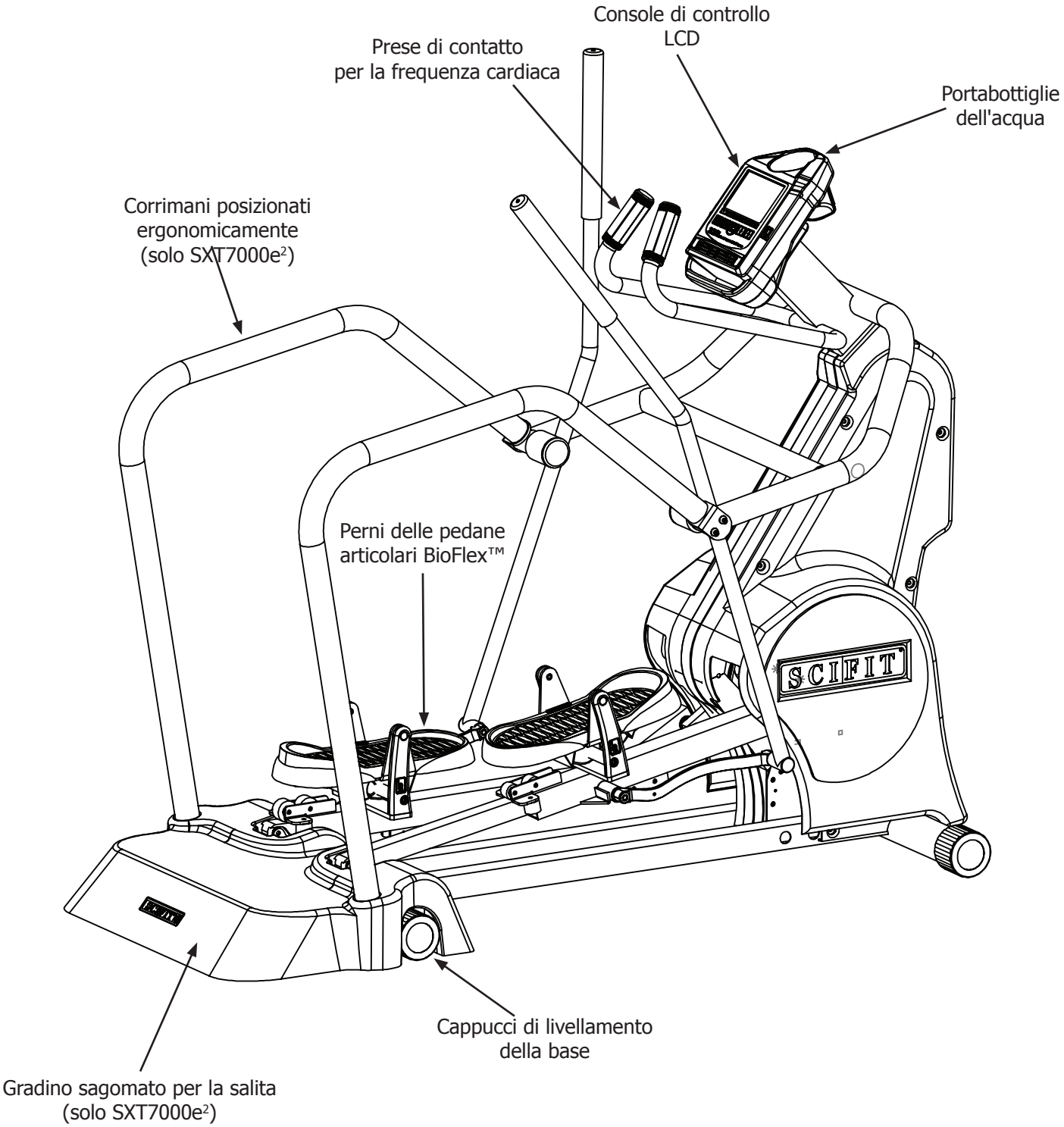


(B) Allineare la fessura superiore di montaggio del corrimano di sinistra con i fori dell'alloggiamento del perno, e con la chiave a testa esagonale da 7/32” avviatre senza stringere una vite da 3/8-16 x 3/4 rimossa precedentemente.
(C) Inserire la parte di fondo del corrimano nel foro di rientranza del gradino di accesso.
(D) Inserire la seconda vite da 3/8-16 x 3/4 nell'alloggiamento del perno e stringere entrambe le viti.



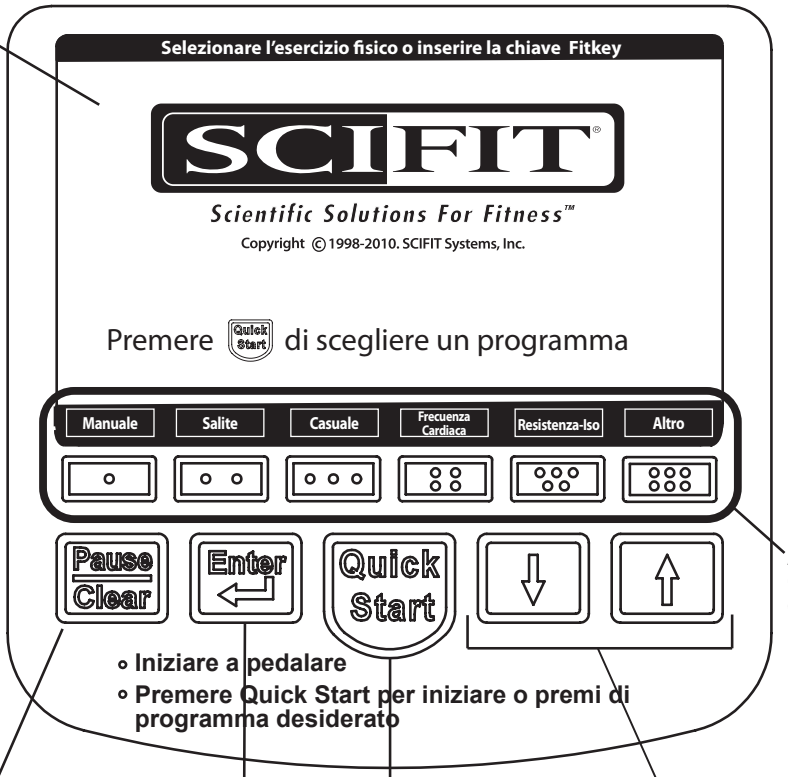
(E) Ripetere il processo per il corrimano di destra (voce 2).

PANORAMICA DEL PRODOTTO


Console di controllo LCD
Prese di contatto per la frequenza cardiaca
Portabottiglie dell'acqua
Corrimani posizionati ergonomicamente (solo SXT7000e²)
Perni delle pedane articolari BioFlex™
SCIFIT
Cappucci di livellamento della base
Gradino sagomato per la salita (solo SXT7000e²)

FUNZIONI DEL TASTIERINO

Schermo LCD di stato sul livello del lavoro -
Lo schermo LCD di stato sul livello del lavoro fornisce un'indicazione progressiva in tempo reale del livello attuale circa qualsiasi allenamento e tutti i programmi



Area per la selezione del profilo -
Consente all'utente di scegliere tra 12 diversi profili di allenamento

PAUSA/CANCELLA -
Il tasto [Pausa/Cancella] - mette in pausa l'allenamento Se si preme il tasto [Pausa/Cancella] una seconda volta quando si è nella modalità di pausa, l'allenamento si ferma e si ritorna alla schermata principale.

Per riavviare la modalità di pausa, premere il tasto [Avvio rapido].

INVIO-
Il tasto Invio viene premuto per inserire i valori scelti relativi ai parametri di allenamento.

Frecce SU e GIÙ -
Questi tasti aumentano o diminuiscono i valori dei parametri di allenamento.

AVVIO VELOCE -
Questo tasto fornisce un "Avvio veloce" con un solo tasto nella modalità manuale o dopo che si è acceduto al programma. Il tasto di avvio rapido attiverà il programma selezionato.

POSIZIONAMENTO BIOMECCANICO

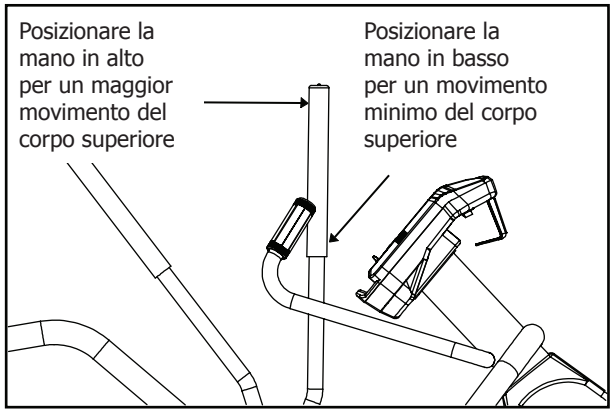
Posizionamento del corpo
Per ottenere il massimo beneficio dall'esercizio è molto importante che l'utente sia comodo. I piedi devono essere centrati sopra i punti dei perni delle pedane. Questo ridurrà lo stress del piede, la tensione della caviglia e favorirà una migliore circolazione.

La tecnologia brevettata Bio-Flex di SCIFIT è progettata per adattarsi al passo naturale dell'utente e permettere all'utente di esercitare specifici gruppi muscolari. Ad esempio, tenendo i talloni appoggiati più a lungo durante la spinta del piede incoraggia un maggiore reclutamento muscolare dei glutei e dei tendini del poplite. La pedana in Bio-Flex inoltre recluta i muscoli di stabilizzazione delle game e del busto. Fare molta attenzione quando si prova ad utilizzare l'Ellittica di SCIFIT senza appoggiarsi sulle maniglie in movimento o stazionarie.

Le ellittiche SXT7000 e SXT7000e^2 di SCIFIT possono essere utilizzate in avanti o all'indietro. Per cambiare direzione, rallentare il movimento fino a fermarsi, a quel punto iniziare il movimento opposto. Il cambio della direzione del movimento durante l'esercizio recluta il più largo gruppo di muscoli e aiuta a portare equilibrio tra i gruppi muscolari. Consultare il professionista di fitness o medico di fiducia per suggerimenti su come esercitare specifici gruppi muscolari o per la riabilitazione di particolari condizioni.

Una postura eretta del corpo produrrà un reclutamento muscolare più ampio e una maggiore rotazione del busto.

Posizione delle mani
Se le mani vengono posizionate sulla parte più alta della presa della maniglia, si ottiene un maggiore movimento del braccio nella parte superiore del corpo e una maggiore rotazione del busto, mentre se le mani vengono posizionate sulla parte inferiore della presa della maniglia, il movimento del braccio e la rotazione del tronco verranno ridotti al minimo.

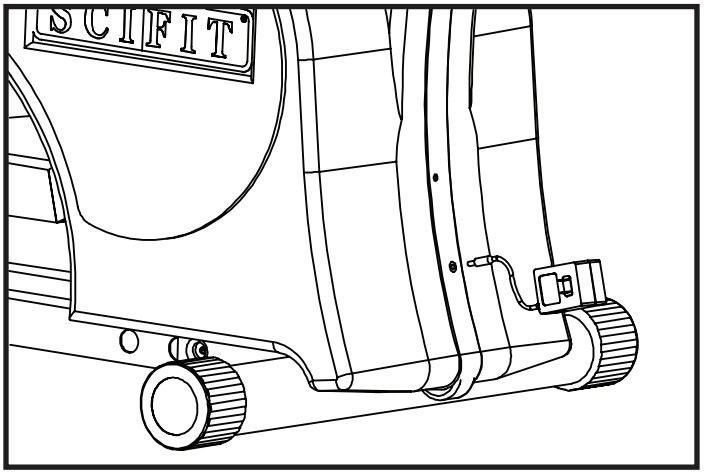

Posizionare la mano in alto per un maggior movimento del corpo superiore
Posizionare la mano in basso per un movimento minimo del corpo superiore

Nota importante: durante l'uso di questo prodotto a scopo medico o di riabilitazione, la selezione del programma e del carico di lavoro devono essere impostati dal terapista o dal professionista del settore medico presente, sulla base dei bisogni specifici dell'utente.

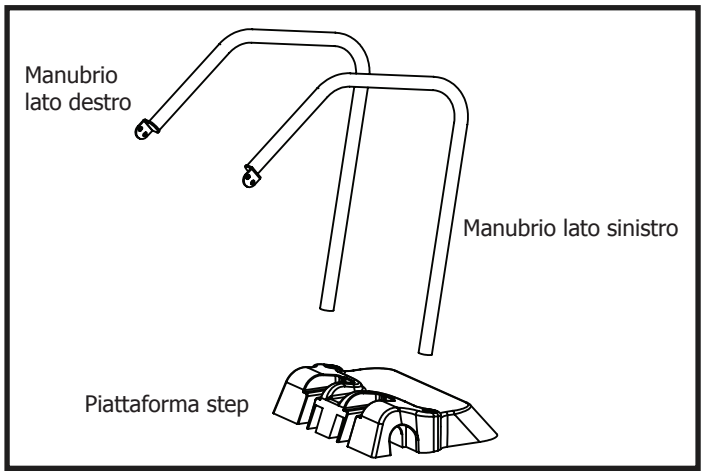
⚠ ATTENZIONE
Seguire sempre le linee guida dei professionisti del settore medico per ridurre il rischio di lesioni personali. La mancata osservanza delle loro istruzioni **può** causare lesioni personali.

ACCESSORI

Alimentatore a 12 V
(Dom. #P1562, Int. #P3733)
Per fornire alimentazione continua allo schermo quando l'attrezzatura non è in funzione, connettere l'alimentatore a 12 V nella presa ubicata sul lato anteriore in basso della macchina.



Kit aggiuntivo del manubrio per la SXT7000 (#A3453)
Per i modelli SXT7000, è anche disponibile un kit aggiuntivo del manubrio di facile accesso (nelle versioni SXT7000e sono disponibili manubri standard) per un montaggio e smontaggio agevolato nella macchina.



Ordinazione online 24 ore su 24, 7 giorni su 7, su www.SCIFIT.com

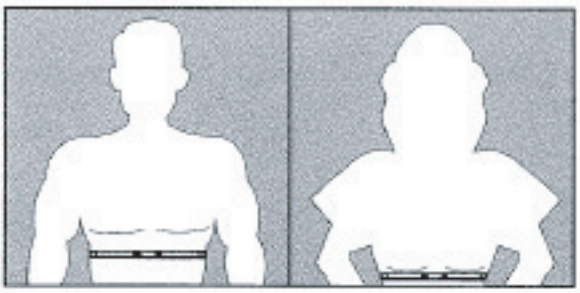
FASCIA TRASMETTITRICE DELLA FREQUENZA CARDIACA

Usi della fascia trasmettitrice della frequenza cardiaca
L'accessorio wireless opzionale che trasmette la frequenza cardiaca è un dispositivo utile se si desiderano informazioni continue sull'attuale frequenza cardiaca durante l'esercizio fisico. Inoltre, le SXT7000 e SXT7000e^2 sono equipaggiate con un programma di controllo della frequenza cardiaca che richiede l'uso della fascia.

Il programma di controllo della frequenza cardiaca permette all'utente di impostare la frequenza cardiaca desiderata. Attraverso il monitoraggio in tempo reale della frequenza cardiaca dell'utente, il computer mantiene la frequenza cardiaca al valore stabilito o ad un valore inferiore diminuendo il carico di lavoro quando la frequenza cardiaca supera il valore desiderato.

Attivazione e disattivazione del trasmettitore
Le fasce trasmettitrici della frequenza cardiaca sono disponibili in diversi stili e esistono diverse ditte che le producono. Per attivare la fascia in modo corretto, legarla al torace e per disattivarla seguire le istruzioni fornite con la fascia trasmettitore.

⚠ ATTENZIONE
Seguire sempre le istruzioni del produttore per la cura e l'uso corretti. La mancata osservanza di tali istruzioni può causare lesioni personali.

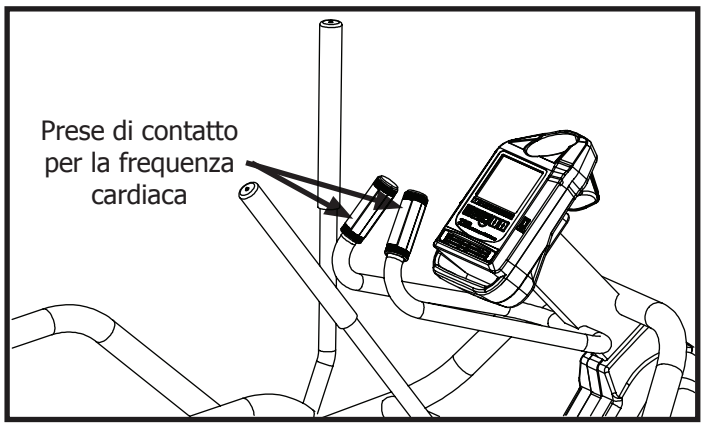


⚠ AVVERTENZA
I sistemi di monitoraggio della frequenza cardiaca possono non essere accurati. Smettere immediatamente l'esercizio fisico in caso di debolezza. Fare troppo esercizio fisico può causare lesioni gravi o anche la morte.

Uso delle prese di contatto per la frequenza cardiaca
Per i modelli con le prese di contatto per la frequenza cardiaca, basta fare leggermente presa sui cuscinetti di contatto. Dopo un breve ritardo sullo schermo comparirà la lettura del polso. Se la fascia trasmettitrice della frequenza cardiaca si è consumata, il segnale rilevato dai contatti verrà annullato.

Le prese di contatto non sono progettate per l'uso con il programma Controllo frequenza cardiaca di SCIFIT Questo programma necessita di un segnale telemetrico stabile e continuo, che le prese di contatto per la frequenza cardiaca non possono fornire.

Le prese di contatto forniscono un buon barometro per monitorare la frequenza cardiaca degli utenti; tuttavia non sono consigliate per situazioni sanitarie dove l'accuratezza del monitoraggio è vitale.



Calcolo della zona desiderata della frequenza cardiaca
La frequenza cardiaca massima (MHR - Maximum Heart Rate) dell'utente è approssimativamente uguale a 220 meno l'età. Il limite superiore della zona desiderata è uguale a 0,85 moltiplicato per l'MHR dell'utente. Il limite inferiore della zona desiderata è uguale a 0,60 moltiplicato per l'MHR dell'utente.

Per esempio:
L'età dell'utente è 40:
220-40 = 180
180 x 0,85 = 153 (MHR max)
180 x 0,65 = 108 (MHR min)

Questi valori sono i valori medi; per stabilire la zona di frequenza cardiaca corretta in base alle condizioni di salute individuali, consultare il medico.

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Programmi
I prodotti SCIFIT hanno 200 livelli di resistenza controllati dal computer per garantire che gli utenti a tutti i livelli di fitness potranno ottenere un esercizio fisico impegnativo, ma non eccessivo. Poiché la resistenza viene regolata in incrementi di 0,1, è facile per l'utente tenere traccia dei progressi. I prodotti SCIFIT offrono una delle più ampie capacità di resistenza disponibile su qualsiasi attrezzatura per l'esercizio cardio.

I prodotti SCIFIT sono auto alimentati e hanno una resistenza di partenza estremamente bassa. Un movimento del pedale o un giro della manovella attivano la console e lo schermo rimarrà acceso con i più piccoli livelli di movimento.

I prodotti SCIFIT hanno una batteria di backup che terrà lo schermo illuminato per un breve periodo dopo l'esercizio, o se l'utente si ferma. Questo periodo varia tra 0 secondi e 5 minuti e può cambiare a seconda dell'uso che si fa di ogni prodotto.

Se si desidera che il computer rimanga acceso prima e dopo l'uso, si può collegare una batteria di backup opzionale al muro. Questa situazione è normale in ambienti medici e con i programmi Fit-Key.

Allenamento manuale
Permette all'utente di impostare l'intensità a qualsiasi livello. Questo livello non cambierà a meno che l'utente non aumenti o diminuisca manualmente l'intensità utilizzando i tasti delle frecce SU e GIÙ.

Premere **MANUALE** Quindi Enter

Tempo	**15:00**
Livello	1.0
Peso	150

Regolare il tempo di allenamento con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Tempo	15:00
Livello	**1.0**
Peso	150

Regolare il livello di intensità con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Tempo	15:00
Livello	1.0
Peso	**150**

Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e cominciare ad esercitarsi

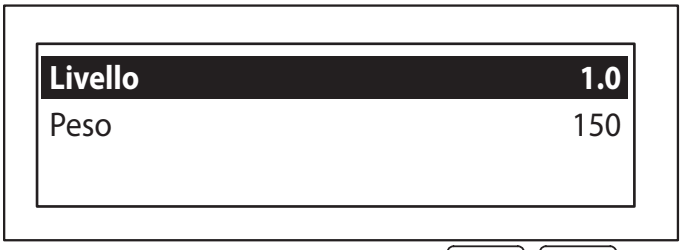
Forma veloce
Consente all'utente di selezionare un programma di due fasi di lavoro cardiovascolare con carichi di lavoro della resistenza ISO (isocinetica) e la durata determinata nell'impostazione di fabbrica.

Premere **Fit-Quik** Quindi Enter

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Forma veloce Continua
Le categorie visualizzate dipenderanno dall'allenamento che viene selezionato nelle impostazioni di fabbrica. Di seguito verrà visualizzato per l'allenamento scelto.

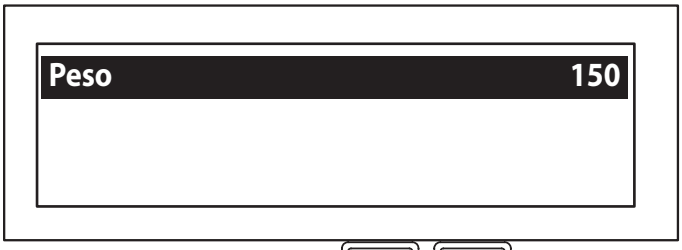
Manuale o salite



Regolare il livello e il peso con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Allenamento costante

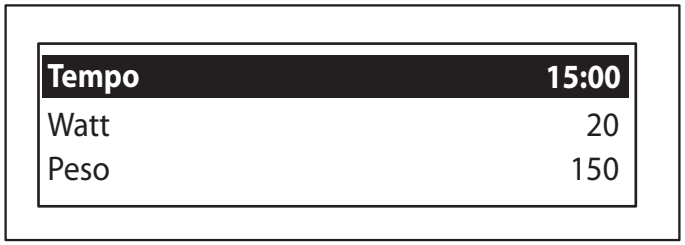


Regolare il peso con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start

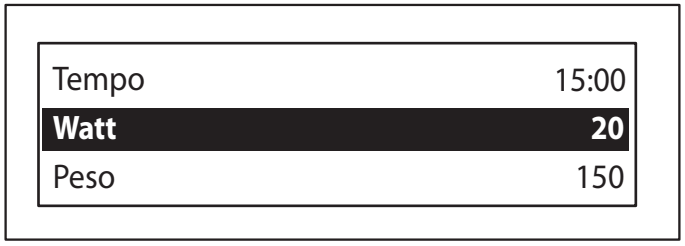
Lavoro costante
La resistenza del pedale viene regolata automaticamente per compensare l'eventuale variazione nella velocità di pedalamento (giri/min), quindi il carico di lavoro (Watt) rimarrà costante a qualsiasi impostazione specificata.

Premere **LAVORO COSTANTE** Quindi Enter



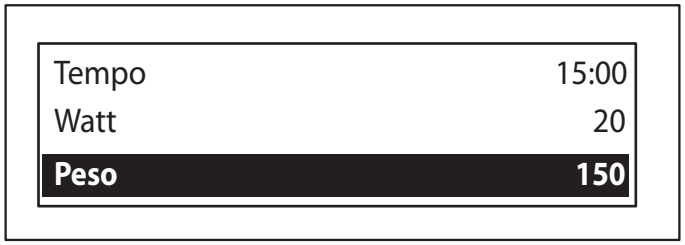
Regolare il tempo di allenamento con i tasti

⇩ ⇧ quindi premere Enter



Regolare i watt desiderati con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter



Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e iniziare l'esercizio

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Programma resistenza-ISO
Resistenza-ISO è un programma isocinetico, il che vuol dire che l'unità farà resistenza ai movimenti dell'utente in modo da forzarlo a rimanere alla velocità impostata. Questo tipo di esercizio di forza non causerà indolenzimenti eccessivi perché è adattabile. Il computer regola la resistenza per mantenere l'utente alla velocità giri/min. di destinazione.

Premere **RESISTENZA-ISO** Quindi Enter

Tempo	**15:00**
giri/min.	35
Peso	150

Regolare il tempo di allenamento con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Tempo	15:00
giri/min.	**35**
Peso	150

Regolare i giri/min. desiderati con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Tempo	15:00
giri/min.	35
Peso	**150**

Immettere il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e iniziare l'esercizio

Programma Salite
Permette all'utente di scegliere tra sette diversi profili di salite pre-programmate con varie intensità. I profili disponibili sono: Percorso salita, Sprint, Vette gemelle, Vetta, Progressivo, Multi-vette e Rampa.

premere **SALITE** Quindi Enter

Profilo	**Percorso**
Tempo	15:00
Livello	1.0

Selezionare 1 dei 7 profili con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Colline Continua

Profilo	Percorso
Tempo	**15:00**
Livello	1.0

Regolare il tempo di allenamento con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Profilo	Percorso
Tempo	15:00
Livello	**1.0**

Regolare il livello di intensità con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Tempo	15:00
Livello	1.0
Peso	**150**

Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e cominciare ad allenarsi

ALTRO,
Premendo questo tasto, l'utente entra nella seconda delle tre schermate di selezione del programma di allenamento. Questa schermata mostra altri cinque profili di allenamento pre-programmati.

Premere ALTRO

Apparirà una nuova schermata con programmi aggiuntivi: Frequenza cardiaca, Test da sforzo, Casuale, Forma forza e Forma cuore.

Programma frequenza cardiaca
Per questo programma è necessaria la fascia trasmettitrice della frequenza cardiaca. Fare riferimento alla pagina 22 per istruzioni complete su come usare la fascia e capire come calcolare la frequenza cardiaca desiderata.

- **Indossare la fascia trasmettitrice della frequenza cardiaca**

Premere FREQUENZA CARDIACA quindi Enter

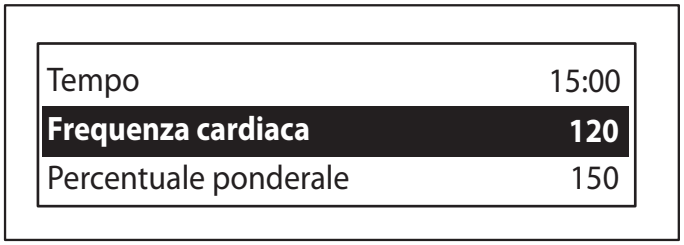
Tempo	**15:00**
Frequenza cardiaca	120
Percentuale ponderale	150

Regolare il tempo di allenamento con i tasti ⇩ ⇧

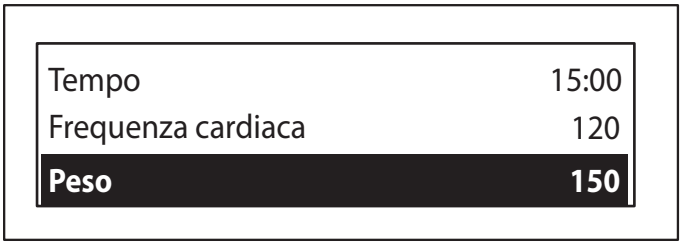
quindi premere Enter

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Frequenza cardiaca Continua



Regolare la frequenza cardiaca desiderata con i tasti ⇩ ⇧ quindi premere Enter

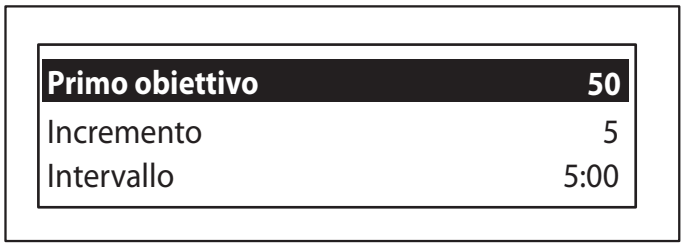


Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e iniziare l'esercizio

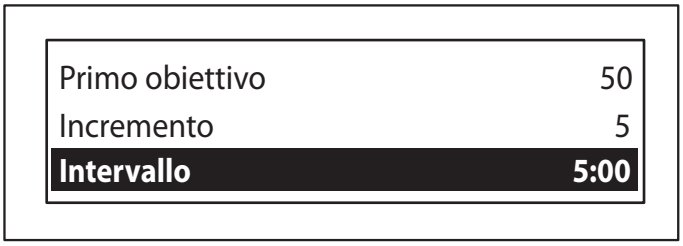
Test da sforzo

Un test graduale progettato per essere utilizzato come programma di allenamento o per l'uso con altri dispositivi diagnostici (se del caso). L'utente imposta la potenza desiderata con intervalli di tempo e incrementi di potenza preimpostati.

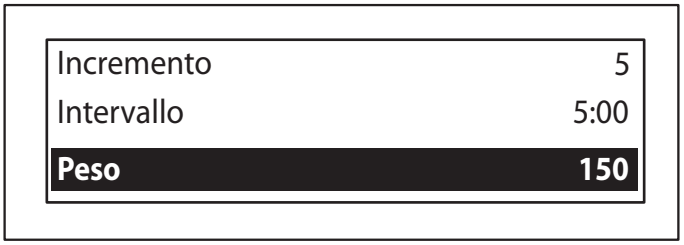


Selezionare il lavoro (watt) desiderato con i tasti ⇩ ⇧ quindi premere Enter

Selezionare gli incrementi di lavoro (watt) dopo ogni intervallo con i tasti ⇩ ⇧ quindi premere Enter



Selezionare la lunghezza di ogni intervallo con i tasti ⇩ ⇧ quindi premere Enter



Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

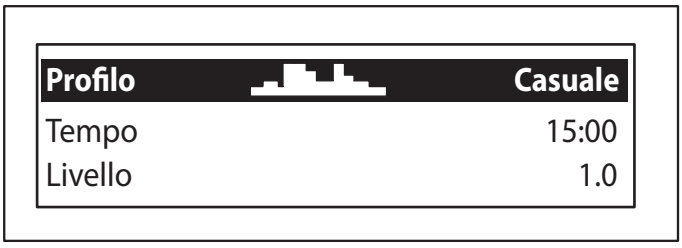
quindi premere Quick Start e cominciare ad allenarsi

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Programma casuale
La console Fit-Intelli visualizzerà in modo casuale vari profili di allenamento, ciascuno con il proprio livello di difficoltà. L'operatore deve solo scegliere il tipo di profilo, quindi selezionare la durata dell'allenamento ed il livello di difficoltà.

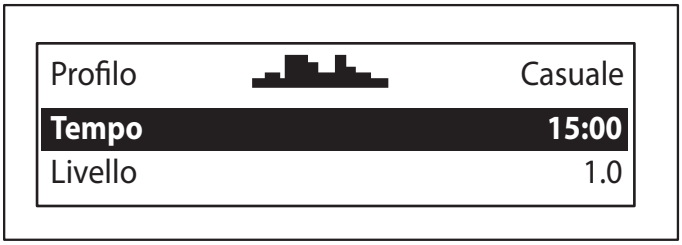
Nota: La colonna più alta del profilo rappresenta il livello di allenamento selezionato. Le colonne sotto sono le percentuali del livello selezionato.

Premere **CASUALE** quindi Enter



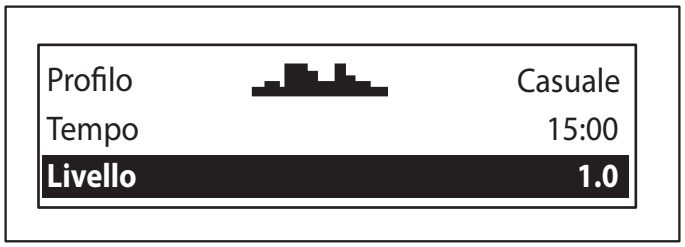
Selezionare un profilo casuale con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter



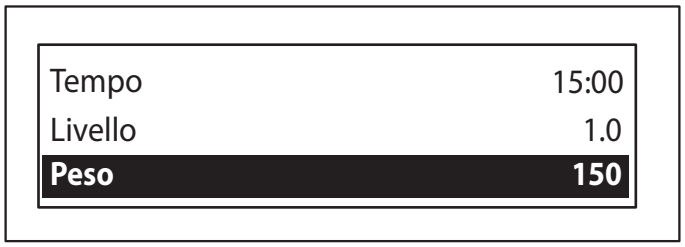
Regolare il tempo di allenamento con i tasti

⇩ ⇧ quindi premere Enter



Regolare il livello di intensità con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter



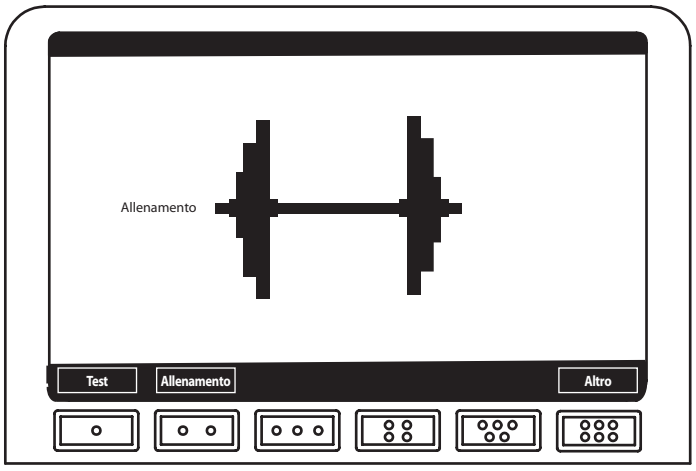
Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e cominciare ad allenarsi

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Programmi Forma forza
Questo tasto visualizza le due opzioni "Test" e "Allenamento". Questi programmi sono indicatori di potenza e di forza per l'utente.

Premere **Forma Forza** per visualizzare una scelta tra "Test" o "Allenamento", come illustrato di seguito.



Test
Questo programma si basa su un allenamento pre-programmato inteso a valutare la "% del calo di potenza", che dà un'indicazione in termini di fitness sulla potenza e la forza che utilizzano i watt come misura principale.

Premere **TEST** Quindi Enter

e cominciare ad allenarsi

Allenamento
Programmi di allenamento preimpostati con un carico di lavoro espresso in watt, specificamente progettati in base alla valutazione del test Forma forza.

Sono disponibili tre programmi e quattro livelli (Principiante, Intermedio, Avanzato e Prestazioni sportive).

Premere **ALLENAMENTO** Quindi Enter

Programma	**1**
Livello	Principiante
Peso	150

Selezionare 1 dei 3 programmi con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Programma	1
Livello	**Principiante**
Peso	150

Selezionare 1 dei 4 livelli con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Programma	1
Livello	Principiante
Peso	**150**

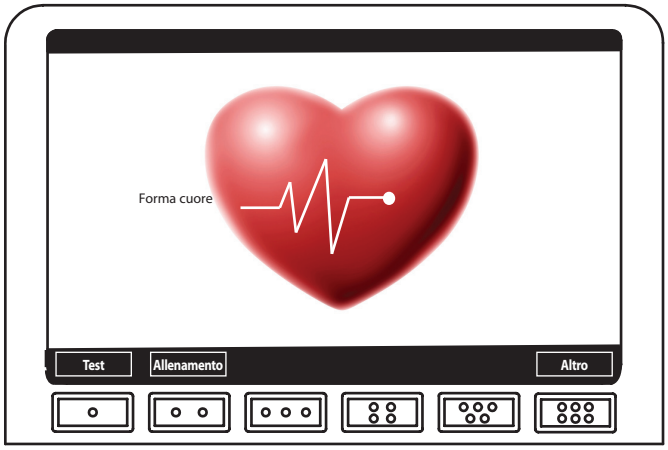
Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e cominciare ad allenarsi

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Programmi Forma cuore (usare la fascia toracica)
Questo tasto visualizza le due opzioni "Test" e "Allenamento". Questi programmi sono indicatori per il recupero della frequenza cardiaca dell'utente.

Premere **Forma cuore** per visualizzare lo schermo una scelta di "Test" o "Allenamento", come mostrato di seguito.



Test
Questo programma si basa su un allenamento pre-programmato progettato per valutare il recupero della frequenza cardiaca. L'utente può selezionare da 1 a 4 livelli: Principiante, Intermedio, Avanzato e Prestazioni sportive.

Premere **TEST** Quindi Enter

Livello	Principiante
Peso	150

Selezionare 1 dei 4 livelli con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

Livello	Principiante
Peso	**150**

Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e cominciare ad allenarsi

Allenamento
Programmi di allenamento studiati sulla base del test Forma cuore valutato dell'utente. Si consiglia un programma di allenamento con un nuovo test. L'utente dispone di tre programmi e di quattro livelli tra cui scegliere: Principiante, Intermedio, Avanzato e Prestazioni sportive.

Premere **ALLENAMENTO** Quindi Enter

Livello	Principiante
Programma	1
Peso	150

Selezionare 1 dei 4 livelli con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

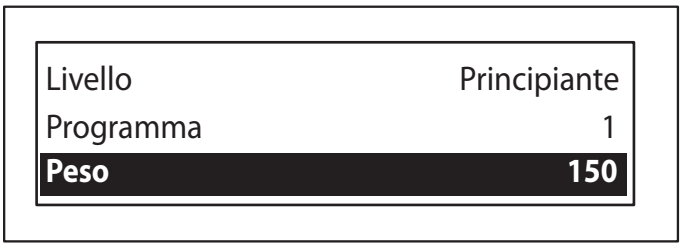
Livello	Principiante
Programma	**1**
Peso	150

Selezionare 1 di 3 programmi con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Enter

ISTRUZIONI DEL PROGRAMMA

Allenamento Segue



Inserire il peso dell'utente con i tasti ⇩ ⇧

quindi premere Quick Start e cominciare ad allenarsi

Altre funzioni importanti
SCIFIT ha anche incluso funzioni chiave supplementari di facile uso che l'utente può utilizzare durante l'allenamento.

CAMBIA VISTA

Consente all'utente di cambiare il formato di visualizzazione del profilo di allenamento e i dati visualizzati sul display LCD durante l'allenamento

VENTOLA

La console contiene due ventole a 3 velocità di raffreddamento che possono essere attivate dall'utente in qualsiasi momento.

Forza Dirompente

Quando vengono attivate, un conto alla rovescia verrà visualizzato sullo schermo per invitare l'utente a prepararsi a pedalare più velocemente per un periodo di tempo limitato. Tale durata può essere aumentata o diminuita in "Impostazione utente".

Pause Clear

Se in qualsiasi momento l'utente decide di mettere in pausa durante l'allenamento, può farlo premendo il tasto [Pausa/Cancella]. Lo schermo dell'allenamento verrà quindi ridotto ad icona e fornirà all'utente tre opzioni

1. **Continua** - Ingrandisce lo schermo dell'allenamento e continua l'allenamento dal punto in cui l'utente si era fermato.

2. **Cambia** - Torna ad un sotto-menu in cui le informazioni precedentemente inserite dall'utente possono essere modificate.

3. **Ferma** - Esce dall'allenamento e torna al menu principale.

Nota: La console torna al menu principale dopo un breve periodo di tempo, se non viene selezionato nulla

MANUTENZIONE E ASSISTENZA

Manutenzione
In pratica le SXT7000 e SXT7000e^2 non necessitano di manutenzione. Dopo la sessione di esercizio, pulire sempre con uno strofinaccio l'attrezzatura SCIFIT utilizzata. Il sudore che si deposita costantemente sul telaio, rivestimenti e console di controllo può eventualmente causare ruggine o altri danni. I danni causati dalla mancata manutenzione NON sono coperti dalla garanzia.

Nel caso si riscontrino parti difettose che richiedono la sostituzione, l'attrezzatura deve essere messa fuori servizio fino a quando non venga riparata.

⚠ ATTENZIONE
Per mantenere un livello sicuro di funzionamento, l'attrezzatura deve essere ispezionata regolarmente per controllare la presenza di danni o di parti consumate. La mancata osservanza di questa raccomandazione può causare lesioni personali e/o agli altri.

Programma di manutenzione della macchina SXT

Qualsiasi lavoro meccanico o elettrico condotto all'interno del corpo principale del dispositivo medico CE deve essere ricalibrato. Il programma di manutenzione generico sotto deve essere applicato ai dispositivi CE medici e non medici

COMPONENTE	USO	QUANDO	DA CHI
Fodere, sedile, manubri e console	Panno umido	Quotidianamente	Manutenzione della palestra
Schermo LCD	Panno morbido per la pulizia dello schermo TV LCD	Settimanalmente	Manutenzione della palestra
Dadi e bulloni	Serrare se necessario	Ogni due mesi	Manutenzione della palestra
Guida rullo base	Panno umido	Mensilmente	Manutenzione della palestra

SERVIZIO CLIENTI NEGLI STATI UNITI
Per l'assistenza dei prodotti SCIFIT:

telefono: +1 (918) 359-2040
fax: +1 (918) 359-2045
e-mail: service@scifit.com

Il servizio del reparto Assistenza prodotti è raggiungibile via posta elettronica. Un servizio di casella vocale è disponibile 24 ore al giorno per la registrazione di messaggi di richiesta di supporto tecnico e per ordinare parti di ricambio. Il nostro indirizzo postale è:

SCIFIT Systems Inc.
5151 S. 110th E. Ave.
Tulsa, OK 74146
USA

SERVIZIO CLIENTI NEL REGNO UNITO E IN EUROPA

telefono: +44 1344 300022
fax: +44 1344 868838
e-mail: info@scifit.uk.com

SCIFIT LTD (UK)
Lexham House
Forest Road
Binfield
Berkshire, RG42 4HP
UK

Numero della società: 5970624 (UK)

***PAESI AL DI FUORI DEL REGNO UNITO E DELL'EUROPA**
UTILIZZARE I NUMERI DI CONTATTO USA*

Ordinazione online 24 ore su 24, 7 giorni su 7, su www.SCIFIT.com

GARANZIA

È molto importante che la macchina SCIFIT venga registrata. La registrazione può essere eseguita on-line su *http://www.SCIFIT.com/warrantyregistration.shtml* oppure compilando e spedendo il modulo di registrazione sul retro di questo manuale.

Dichiarazione di garanzia di SCIFIT

SCIFIT garantisce che i prodotti nuovi sono esenti da difetti di fabbricazione e/o materiali se utilizzati normalmente e correttamente nonché con le seguenti restrizioni:

(a) l'obbligo di SCIFIT verso l'acquirente originale si applicherà:
all'interno degli Stati Uniti e del Canada sia alle parti che al costo della manodopera richiesto per sostituire o riparare un prodotto difettoso per un periodo di un (1) anno dalla data di acquisto da parte dell'utente/rivenditore, come documentato dalla *scheda della garanzia e qualora la scheda della garanzia non sia stata restituita dall'utente/rivenditore, quindi dalla data di spedizione dalla fabbrica. Successivamente, per un periodo di due (2) anni, tale obbligo si estenderà solo al fornire le parti o i prodotti sostituibili e il costo della manodopera associato a tali sostituzioni o riparazioni sarà a carico dell'acquirente. Fare riferimento alla(e) clausola (e) per i componenti non contemplati da questa clausola della polizza.

Al di fuori degli Stati Uniti e del Canada, sostituire il prodotto difettoso senza manodopera per un periodo di tre (3) anni dalla data di acquisto, come documentato nella scheda della garanzia e qualora la scheda della garanzia non sia stata restituita dall'utente, quindi dalla data di spedizione dalla fabbrica.

***Nota: l'acquirente originale deve registrare i propri prodotti acquistati sia restituendo la scheda della garanzia, o registrandosi sul sito Web o via fax per attivare il periodo di garanzia o la data di spedizione attuale per l'avvio del periodo di garanzia. Un periodo di novanta (90) giorni deve essere consentito per la registrazione della garanzia in modo da permettere la rotazione di magazzino, successivamente la registrazione non sarà più necessaria in quanto per l'inizio della garanzia farà fede la data di spedizione.**

(b) l'obbligo di SCIFIT sarà limitato alla riparazione o sostituzione delle parti difettose. Non si concederà alcuna indennità per riparazioni effettuate dall'acquirente prima dell'approvazione scritta di SCIFIT. La decisione di sostituire o riparare sarà a discrezione solo di SCIFIT.

(c) la garanzia di SCIFIT non si applica alle parti che richiedono la sostituzione o la riparazione a causa di usura anomala, utilizzo non corretto, corrosione (sudore), manutenzione non corretta, installazione non corretta, circuiti elettrici dedicati o dalle caratteristiche non adatte, messa a terra non corretta o immagazzinaggio inadeguato, né si applica quando parte o tutto il prodotto ha subito modificazioni rispetto allo stato originale.

(d) QUESTA GARANZIA SOSTITUISCE OGNI ALTRA GARANZIA, ESPLICITA O IMPLICITA, DERIVANTE DALLA LEGGE O IN ALTRO MODO COMPRENDENTE LA GARANZIA O LA COMMERCIABILITÀ O L'IDONEITÀ PER SCOPI PARTICOLARI E SOSTITUISCE TUTTE LE ALTRE RESPONSABILITÀ DI SCIFIT PER DANNI DIRETTI, INDIRETTI, SPECIALI E CONSEQUENZIALI O PER LE PENALITÀ ESPLICITE O IMPLICITE CHE DERIVANO DAL CONTRATTO, DALLA NEGLIGENZA O DA ALTRI ILLECITI.

DICHIARAZIONE DI GARANZIA DI SCIFIT

(e) I componenti elencati sotto sono coperti dalla seguente garanzia a meno che siano stati ritenuti difettosi. Questi componenti comprendono, ma non si limitano a:

Tapis roulant - solo modelli AC5000	Periodo di garanzia
Cinture tapis roulant	12 mesi
Pedane a nastro tapis roulant	12 mesi
Struttura e telaio tapis roulant	5 anni
Sistema di trasmissione tapis roulant, incluso il motore e l'inverter	5 anni
Corrimano e maniglie tapis roulant	3 anni
Impugnature frequenza cardiaca del tapis roulant	12 mesi
Portabottiglie tapis roulant	90 giorni
Vassoi tapis roulant	90 giorni

Prodotti girevoli	Periodo di garanzia
Tappezzeria	12 mesi
Selle/sedili	12 mesi
Pedali girevoli	12 mesi
Impugnature in gomma	12 mesi
Impugnature frequenza cardiaca	12 mesi
Struttura e telaio girevoli	5 anni
Pedane in gomma (BioFlex)	12 mesi
Portabottiglie girevoli	90 giorni
Vassoi girevoli	90 giorni

Prodotti accessori	Periodo di garanzia
Cinghie pedali	Usura e rottura normali
Ricevitore/trasmettitore frequenza cardiaca	90 giorni
Stivali bassi di supporto	12 mesi
Stivali alti di supporto	12 mesi
Guanti di supporto	90 giorni
Chiavette e cordini USB	90 giorni

(f) Incendi, alluvioni e altre calamità naturali NON coperti dalla garanzia.

Spedizione

SCIFIT declina ogni responsabilità per la riparazione o la sostituzione di qualsiasi unità o parte danneggiata durante il trasporto o l'installazione. Il cliente è responsabile del controllo di ogni unità e parte per verificare, al momento della consegna o dell'installazione, eventuali danni dovuti alla spedizione, e prima di firmare la documentazione inerente la ricezione della macchina. Il cliente è responsabile di presentare domanda di rimborso per tutti i danni causati dal trasporto alla società di trasporto appropriata. **Se il cliente firma una ricevuta senza riserve e limitazioni per le merci danneggiate dal trasporto, il cliente è il solo responsabile per i costi della riparazione o della sostituzione delle parti danneggiate dal trasporto.**

Manutenzione

Dopo la sessione di esercizio, pulire sempre con uno strofinaccio l'attrezzatura SCIFIT utilizzata. Il sudore che si deposita costantemente sul telaio, imbottitura, rivestimenti e pannelli di controllo può eventualmente causare la ruggine o altri danni. I danni causati dalla mancanza di manutenzione NON sono coperti dalla garanzia. Per pulire l'imbottitura, utilizzare un detergente non abrasivo e acqua calda. Asciugare con uno strofinaccio pulito. Fare riferimento al programma di manutenzione della Treadmill.

Assistenza tecnica

L'assistenza tecnica dei prodotti SCIFIT è disponibile per fax al numero +1 (918) 359-2045. L'orario di servizio del reparto Assistenza prodotti è dalle 7:00 AM alle 5:00 PM, ora centrale degli Stati Uniti, dal lunedì al venerdì. Un servizio di casella vocale è disponibile 24 ore al giorno per la registrazione dei messaggi di richiesta di supporto tecnico e per ordinare parti di ricambio. Il nostro obiettivo è di rispondere ad ogni messaggio vocale entro 30 minuti da quando è stato registrato nel corso del nostro normale orario lavorativo.

Procurarsi le seguenti informazioni prima di chiamare l'assistenza tecnica:

- *Numero di modello dell'apparecchiatura*
- *Numero di serie dell'apparecchiatura*
- *Punto del nome di contatto e numero di telefono*
- *Descrizione dettagliata dei problemi riscontrati.*

Installazione

SCIFIT declina ogni responsabilità per la riparazione o la sostituzione di qualsiasi unità o parte danneggiata durante il trasporto o l'installazione. Il cliente è responsabile di ispezionare al momento dell'installazione ogni unità e parte per verificare la presenza di possibili danni. Il cliente è responsabile di presentare domanda all'installatore per il rimborso di tutti i danni.

Software, marchi, copyright e brevetti

Se un ordine include un software, tale software per computer viene trasferito da SCIFIT al cliente in virtù di una licenza per singolo utente, le royalties, i termini e le condizioni di tale licenza sono riportate nel software o nella confezione che accompagna tale software.

Il software KeyMaster riceverà 1 anno di chiamate per il supporto tecnico ed i proprietari potranno beneficiare degli aggiornamenti del prodotto per un anno dopo l'acquisto.

SCIFIT ha registrato diversi nomi commerciali per identificare in modo univoco la propria attività e prodotti. Questi nomi non devono essere utilizzati da altri soggetti nel settore del fitness.

Le decalcomanie, i manuali utente e i manuali di manutenzione SCIFIT sono protetti dal copyright e non possono essere copiati senza la previa approvazione di SCIFIT.

SCIFIT ha ottenuto diversi brevetti in merito alle funzionalità ed ai disegni che sono unici per i suoi prodotti. SCIFIT difenderà questi brevetti contro coloro che tentano di utilizzare queste funzionalità e disegni in altri prodotti.

Spedizione delle parti

Per i primi 30 giorni, le parti in garanzia verranno spedite con consegna il giorno successivo. La decisione deve essere presa prime delle 2:00 PM, ora centrale degli Stati Uniti, nei giorni dal lunedì al venerdì per la consegna il giorno successivo. Durante il periodo rimanente del primo anno di garanzia, le richieste delle parti verranno smaltite con consegna entro i due giorni successivi. Il cliente può richiedere la consegna a proprio carico delle parti per il giorno successivo o entro due giorni. Se richiesto, SCIFIT addebiterà il costo della spedizione sul conto UPS del cliente o il cliente dovrà pagare alla consegna la differenza tra il costo di spedizione via terra e la consegna per il giorno successivo o entro due giorni.

Restituzione delle parti

SCIFIT si impegna a migliorare continuamente le attrezzature che commercializza. Per rispondere a questo impegno, la restituzione rapida delle parti difettose è essenziale. L'esame delle parti eseguito dal nostro ufficio tecnico porta a cambiamenti che assicurano che lo stesso problema non si ripeta. Grazie in anticipo per la cooperazione.

Se richiesto da SCIFIT, le parti difettose devono essere restituite alla fabbrica SCIFIT entro 20 giorni dal ricevimento delle parti di ricambio. Altrimenti, SCIFIT pretenderà il pagamento della fattura delle parti a 30 giorni.

Per la restituzione delle parti, attenersi ai seguenti tre facili passaggi:

1:
Conservare la scatola ed il materiale di imballaggio nei quali sono arrivate le parti nuove.

2:
Avvolgere la parte difettosa e collocarla nella scatola in modo che non venga danneggiata durante la spedizione. Si consiglia di spendere qualche minuto per compilare il breve modulo per la restituzione delle parti accluso alla scatola con le nuove parti.

3:
Una cartolina preaffrancata di UPS per la restituzione delle parti si trova nella scatola della parte solo per quelle parti che devono essere restituite. Dopo il ricevimento e l'ispezione di TUTTE le parti in fabbrica, verrà effettuato un accredito sulla fattura originale delle parti. Attenzione per le società di servizi: le fatture della manodopera NON verranno pagate fino a quando le parti difettosi vengono restituite alla fabbrica.

Lavoro di assistenza

Se necessario, il personale addetto all'assistenza tecnica di SCIFIT provvederà a chiamare un tecnico dell'assistenza locale per fornire assistenza in loco. Ogni sforzo verrà fatto per programmare l'assistenza durante le 48 ore feriali (8 ore per giorno feriale) dopo la notifica di un problema o non appena le parti di ricambio sono a disposizione del tecnico di assistenza in loco. Se possibile, le parti saranno fornite in anticipo ai tecnici dell'assistenza in loco, in modo che il prodotto sia riparato con una sola richiesta.

Parti acquistate

Tutte le parti acquistate avranno una garanzia di 12 mesi. Per maggiori dettagli, fare riferimento alle spedizioni e all'installazione delle parti acquistate.

Questa Garanzia commerciale limitata sostituisce la garanzia commerciale limitata stampata nel "Manuale utente" per tutti i prodotti di SCIFIT Systems Inc.

In caso di domande o per richiedere ulteriori informazioni, contattare SCIFIT Systems, Inc. all'indirizzo di posta elettronica service@scifit.com

SCIFIT • Scientific Solutions for Fitness • SCIFIT • Scientific Solutions for Fitness • SCIFIT • Scientific Solutions for Fitness • SCIFIT

SCIFIT®
Scheda di garanzia

Registrarsi on-line all'indirizzo http://www.SCIFIT.com/warrantyregistration.shtml o compilare questo modulo, piegarlo e riconsegnarlo a SCIFIT. Chiediamo di inviare questa scheda entro 2 settimane dopo che la vostra attrezzatura è stata consegnata per assicurare la registrazione corretta della garanzia.

Nome della società _____

Nome di contatto _____

Indirizzo _____

Città/Stato/Cap _____

Telefono di casa (____) _____ Telefono ufficio (_____)_____

Modello acquistato _____

Data di ricezione _____ Numero di serie _____

Azienda da cui si è acquistato _____

Città/Stato _____

Classificare i seguenti motivi (da 1 a 6) per aver scelto SCIFIT a partire da 1 in ordine di importanza:

____Funzionalità____Qualità____Prezzo____Rivenditore___Facilità d'uso___Aspetto

Spuntare la(e) casella(e) appropriata(e) relativa(e) a come si è conosciuto SCIFIT:

❑ Vista in _____ Rivista ❑ Presentazione di un rivenditore SCIFIT

❑ Vista in _____ Fiera ❑ Consigliata da un utente SCIFIT

❑ Altro _____

Commento _____

_____

Grazie per aver scelto

SCIFIT®

Scientific Solutions for Fitness.

www.SCIFIT.com

P2278 Rev. B

Warranty Card

Da _____

_____

_____

SCIFIT
5151 South 110th East Avenue
Tulsa, OK 74146

Importante: Conservare questa pagina per la "documentazione di ritaratura"

Numero di modello: _____

Numero di serie: _____

Data di acquisto: _____

Data di taratura (Unità mediche): _____

Fornito da: SCIFIT Systems Inc.

Manuale utente: #P4840A (3/2011)

	DATA	PALESTRA O SITO DI CERTIFICAZIONE	AZIENDA DI SERVIZI CERTIFICATA	INIZIALI TEC.
1a ritaratura				
2a ritaratura				
3a ritaratura				
4a ritaratura				
5a ritaratura				

Creare più copie vuote per l'uso futuro

SCIFIT®

Scientific Solutions for Fitness.

5151 South 110th East Avenue
Tulsa, Oklahoma 74146
USA

SERVIZIO CLIENTI NEL REGNO UNITO E IN EUROPA
telefono: +44 1344 300022
fax: +44 1344 868838
e-mail: info@scifit.uk.com
SCIFIT LTD (UK)
Lexham House
Forest Road
Binfield
Berkshire, RG42 4HP
UK

Numero della società: 5970624 (UK)

Vendite: +1 (918) 359-2000

Ordinazione online 24 ore su 24, 7 giorni su 7, su www.SCIFIT.com